

## Pour les enfants – Lutte suisse: Leçon 7 «Lève-toi bonhomme!»

Au cours de cette leçon, les enfants s'habituent aux contacts. Ils découvrent la technique du «saut croisé» et sont sensibilisés aux risques d'accidents.



[J+S-Kids – Lutte suisse: Leçon 7 «Lève-toi bonhomme!» \(pdf\)](#)

---

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**